



## Blomkålssalat med dressing af hytteost

4 personer

### Ingredienser

- 0,5 spidskålshoved, ca 250 g
- 0,5 blomkål, ca 200 g
- 100 g edamamebønner, pillede, frost
- 1 mellem avocado
- 1 mellem æble
- 0,5 citron, øko
- 200 g hytteost 4,5%
- 1 knivspids (0,25 ml) peber, sort
- 1 g salt

### Fremgangsmåde

1. Skær avocado og æble i tern og vend dem i citronsaften
2. Snit spidskål og blomkål fint og vend dem sammen med avocado, æbler og edamame bønner
3. Vend hytteosten i og smag til med salt og peber

Næringsindhold	Pr. 100 g	Pr. person (373 g)
Energi	59 kcal/248 Kj	220 kcal/924 Kj
Protein	4 g	14 g
Kulhydrat	4 g	15 g
Kostfibre	2 g	8 g
Fedt	3 g	10 g